اسم المادة : الرعاية الصحية

المحاضرة الثانية

الصحة والمرض

Health

&

Illness

عناوين محتوى المحاضرة

- الاهداف من المحاضرة.
- المقدمة.
- تعريف الصحة ومفهومها.
- تعريف المرض.
- جوانب الصحة.
- المستويات الصحية.
- الرعاية الصحية.
- المؤسسات الصحية والدور التي تقوم به.
- مستويات الرعاية الصحية.
- مخاطر تهدد الصحة
- السلوك الصحي والسلوك غير الصحي.

أهداف المحاضرة

في نهاية المحاضرة يجب علي الطالب أن يكون قادرآ علي:

- تعريف الصحة والمرض.
- فهم جوانب الصحة.
- معرفة المستويات الصحية.
- فهم الرعاية الصحية
- معرفة المنظمات الصحية ودورها.
- ذكر مستويات الرعاية الصحية
- فهم كيفية الحفاظ علي الصحة.
- فهم السلوك الصحي والغير صحي.

المقدمة

من أهم الأدوار الأساسية للممرضة تعزيز الصحة والحفاظ عليها ومنع المرض , يجب على الممرضة فهم واحترام تعريف الصحة الفردية ومردود المرض وإستجابة الشخص له من جميع الجوانب

تعريف الصحة

هو حالة من إكتمال السلامة البدنيه ,العقلية ,النفسيه والإجتماعية وليس مجرد الخلو من المرض أو العجز

تعريف المرض

المرض هو عدم قدرة الاستجابات التكيفية للفرد للحفاظ على التوازن البدني والعاطفي الذي ينتج عنه انخفاض في القدرات الوظيفية

جوانب الصحة

- **الجانب البدني (physical health)**

يتكون جسم الانسان من مجموعة من الخلايا مثل الخلايا العصبية والعضلية والجلدية واذا كان جميه الاعضاء والاجهزة تقوم بوظائفها الفسيولوجية الطبيعية فان الجسم في حالة بدنيه كاملة

- **الجانب النفسي والعقلي (psychological health)**

يتميز الانسان عن باقي المخلوقات بتطور الجهاز العصبي ونموه بحيث يتمكن الانسان بعمل قدرات ذهنيه وعقلية

- **الجانب الإجتماعي (social health)**

الحالةالثقافية والاقتصادية ومايتعلق بها من عادات وتقاليد الموجودة في المجتمع تلعب دور في الاصابة او الوقاية من الامراض

المستويات الصحية

١) الصحة المثالية

هي درجة التكامل والمثالية البدنية والنفسية والاجتماعية وهذا المستوي نادر.

٢) الصحة الإيجابية

تتوفر فيها طاقة ايجابية تمكن الفرد من مواجهة المشاكل والمؤثرات البدنيه والنفسيه والاجتماعية دون ظهور اي اعراض مرضية

السلامة المتوسطة وفيها لاتتوفر الطاقة الايجابية من الصحة ولكن يؤدي الجسم الوظائف ويقاوم المرض تحت الظروف الطبيعية ولكن عند التعرض لمؤثرات تترك اثر وانفعال

٣) المرض غير الظاهر

لايشكو المريض من اي اعراض للمرض ولكن يتم اكتشاف المرض عن طريق الفحص الطبي

٤) المرض الظاهر

يظهر اعراض للمرض في هذه المرحلة

٥) مستوي المضاعفات والعجز

نتيجة الاهمال والاستشارة الطبيةمع ظهور الاعراض مما يؤدي الي مضاعفات

٦) مستوي الإحتضار

تسوء الحالة الصحية ويصعب علي المريض استعادة الصحة

٧) الموت ونهاية الحياة

الرعاية الصحية

هي التشخيص ,العلاج ,الوقاية من المرض، الإصابة، العاهات البدنية والعقلية.

يتم تقديم الرعاية الصحية من قبل الممارسين في مجال الصحة وطب الأسنان التوليد، والتمريض، والبصريات، والصيدلة، وعلم النفس.

ويتم تقديم الرعاية الصحية من خلال ثلاث مستويات

المنظمات والمؤسسات الصحية

قطاع الرعاية الصحية أو القطاع الطبي هو قطاع في النظام الاقتصادي يعمل على توفير السلع والخدمات لمعالجة المرضى من خلال تقديم الرعاية العلاجية أو الوقائية أو التأهيلية

مستويات الرعاية الصحية

- ❑ **رعاية صحية أولية (primary health care)** العيادات الصحية والمستوصفات .
- ❑ **رعاية صحيه ثانوية (secondary health care)** مستشفيات المنطقة.

- ❑ **رعاية صحية الثالثية (tertiary health care)** مستشفي الإقليمي ومستشفيات الجامعة .

دور المؤسسات الصحية

- ➢ توعية المواطنين وإرشادهم صحياً .
- ➢ وضع الحلول المناسبة للسيطرة والقضاء على المشاكل الصحية.
- ➢ الإصحاح الأساسي للبيئة وبالأخص توفر الماء الصالح للشرب
- ➢ ضمان التغذية الجيدة .
- ➢ تقديم خدمات الأمومة والطفولة .
- ➢ التطعيم والتحصين ضد الأمراض المعدية.
- ➢ مكافحة الأمراض السارية (المعدية والمتوطنة) والسيطرة على انتشارها.
- ➢ علاج الأمراض الشائعة في المجتمع .
- ➢ إجراء العمليات الجراحية.
- ➢ توفير الأدوية

المخاطر التى تهدد الصحة

- ❖ **الأمراض المعدية** التي تسببها الميكروبات والجراثيم والفيروسات التي تدخل الي الجسم عن طريق اللمس او التنفس او لسع الحشرات
- ❖ **الأمراض غير المعدية** كالضغط والسكر والقلب
- ❖ **الكائنات الغير حية** الكحول والتدخين والإدمان الرصاص
- ❖ **الكوارث الطبيعية** الطوفان والزلازل كلها تسبب اصابات ووفيات
- ❖ **العوامل البيئية** كإشعال الحرائق وازدحام البيوت والنفايات المتراكمة بالشوارع بالإضافة للضغط الاجتماعي في العائلة والعمل
- ❖ **الوراثة** بعض الامراض مثل فقر الدم المنجلي والسكر يمكن توارثها بين الاجيال
- ❖ **قلة النشاط الجسدي** يؤدي الي السمنة وزيادة نسبة الكوليسترول في الدم ويزيد من الاصابه بامراض القلب والسكر

السلوكيات الصحية الفرديةالصحيحة

- ❑ غسيل الأيدي بالماء والصابون لقتل الميكروبات المسببة للامراض

- ❑ النظافة الشخصية
- ❑ غسل الخضراوات والفاكهة جيدا
- ❑ المحافظة علي الاطعمة نظيفة وبعيدا عن الحشرات
- ❑ التخلص الجيد من النفايات باستعمال اكياس النفايات ونقلها الي الاماكن المخصصة لتجنب انتشار الحشرات وبالتالي يقلل نسبة الامراض
- ❑ الرياضة
- ❑ الإلتزام بقواعد السير والمرور لتجنب الحوادث والاصابات
- ❑ المحافظة علي اواني الطهي نظيفة

الأسباب التي تؤثر على الممارسات الصحية

- ❖ المفاهيم والإعتقادات.
- ❖ التأثر ببعض الأفراد في المجتمع.
- ❖ الموارد المتوفرة.
- ❖ الثقافة والتراث